

| Название рабочей программы | Срок, на который разрабатывается рабочая программа | Характеристика программы |
|--|--|---|
| Адаптированная рабочая программа для обучающихся с УО (ИН) для 5-9 классов | 5 лет | <p>Цель учебного предмета – всестороннее развитие личности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в процессе приобщения их к физической культуре, повышении уровня их психофизического развития, расширении индивидуальных двигательных возможностей, комплексной коррекции нарушений развития, социальной адаптации.</p> <p>Задачи обучения:</p> <ul style="list-style-type: none"> – воспитание интереса к физической культуре и спорту; – овладение основами доступных видов спорта (легкой атлетикой, гимнастикой, лыжной подготовкой) в соответствии с возрастными и психофизическими особенностями обучающихся; – коррекция недостатков познавательной сферы и психомоторного развития; – развитие и совершенствование волевой сферы; формирование социально приемлемых форм поведения, предупреждения проявлений деструктивного поведения (крик, агрессия, самоагрессия, стереотипии) в процессе уроков и во внеурочной деятельности); – воспитание нравственных качеств и свойств личности; – содействие военно- патриотической подготовке. <p>Рабочая программа по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» в 5 классе определяет следующие задачи:</p> <ul style="list-style-type: none"> – формирование потребности в систематических занятиях физической культурой и доступных видах спорта; – формирование основных двигательных качеств: быстроту, силу, ловкость и другие; – развитие у обучающихся умения следить за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, адекватно их дозировать; – формирование умения ходить и бегать в различном темпе, во время бега и ходьбы не задерживать дыхание; выполнять ускорения на отрезках от 40-до 60 м; – формирование умения выполнять прыжок в длину способом |

| | | |
|--|--|---|
| | | <p>«согнув ноги с полного разбега;</p> <ul style="list-style-type: none">– формирование умения метать мяч на дальность и в цель;– совершенствование техники выполнения строевых команд и перестроений;– совершенствование умения сохранять равновесие во время выполнения заданий на гимнастической скамейке и стенке;– формирование умения выполнять самостоятельно общеразвивающие и корригирующие упражнения в определенном ритме;– совершенствование умения перелезать через препятствие и подлезать под препятствие различным способом в зависимости от высоты препятствия;– совершенствования умения передвигаться на лыжах изученными способами;– формирование мотивации к здоровому образу жизни;– совершенствование техники и приемов в спортивных играх. |
|--|--|---|